

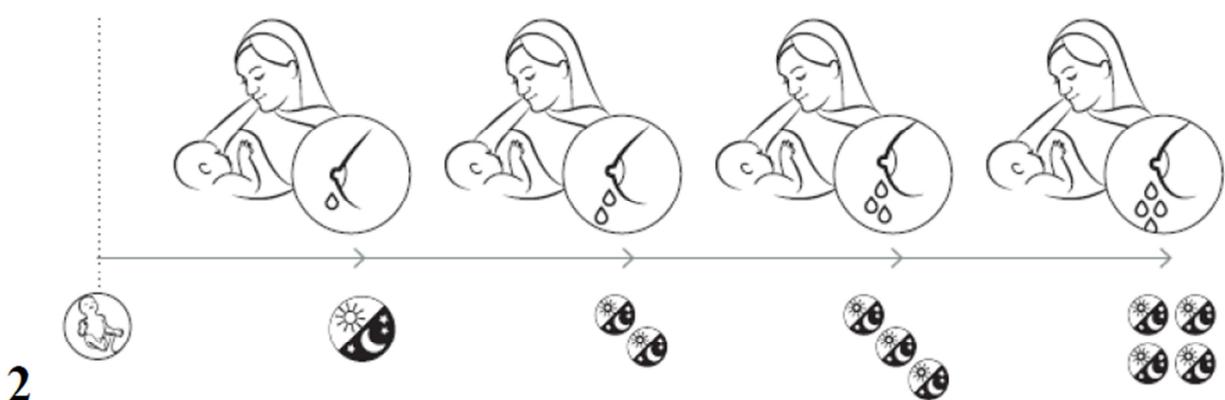


[www.elacta.eu/de/neuhilfeche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html](http://www.elacta.eu/de/neuhilfeche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html)



1.

Naujagimį pradžkite žindytį per pirmają valandą po gimimo. Jei tik įmanoma, mama ir kūdikis turėtų būti neatskiriami ir glaustis oda prie odos visą šį laikotarpi.



2

Pirmosiomis gyvenimo dienomis, Jūsų kūdikis gauna ypatingai vertingo priešpienio – pirmojo pieno. Jo pasigamina nedaug, bet tokio kieko pakanka, kad būtų patenkinti Jūsų naujagimio poreikiai ir stiprėtų jo imunitetas. Dažniausiai trečią – ketvirtą parą po gimdymo pieno gamyba suintensyvėja – krūtys pritvinksta, Jūs galite jausti padidžiusį tempimą.



3

Dažnas žindymas (netgi naktį), užtikrina, jog pieno pasigamins pakankamai.

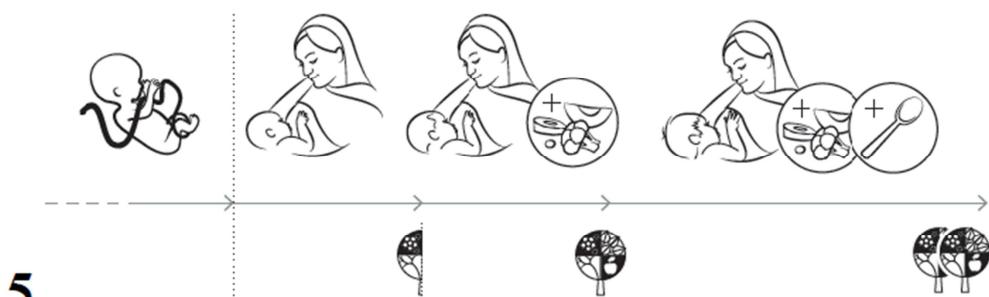


[www.elacta.eu/de/neuhilfeche-dokumente-fuer-litterarbeit-neu.html](http://www.elacta.eu/de/neuhilfeche-dokumente-fuer-litterarbeit-neu.html)



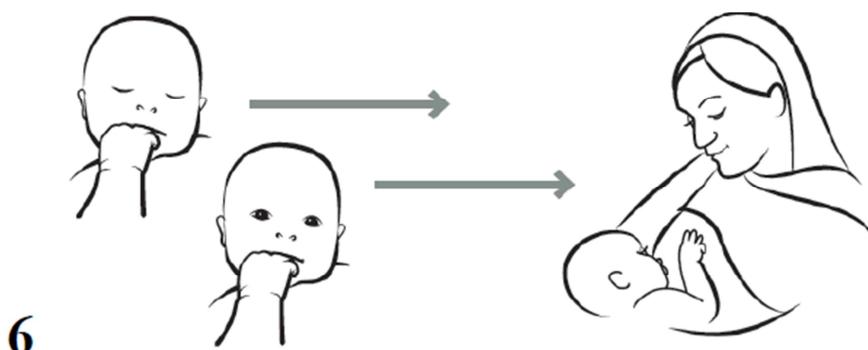
4

Pieno kiekis priklauso nuo kūdikio poreikių. Papildomas maistas, skysčiai ar čiulptukas gali sutrikdyti mamos ir kūdikio sąveiką – nerekomenduojama jų duoti kūdikiui pirmosiomis gyvenimo dienomis.



5

Žindymas – natūrali n-šumo tāsa. PSO rekomenduoja kūdikį maitinti vien tik motinos pienu (išimtinai žindyt) šešis m-nesius, o prad-juos maitinti tinkamu papildomu maistu – iki dvejų metų ir ilgiau, kol to nori mama ir vaikas.



6

Kūdikiai siunčia signalus, kai nori žysti. Juos galite pasteb-ti net tada, kai mažylis miega. Paprastai vaikutis tampa neramus, sukiuoja galvą ieškodamas krūties, išsižioja, demonstruoja žindimo judesius, skleidžia švelnius garsus arba kiša ranką į burną. Verksmas – v-lyvas alkio požymis.



[www.elacta.eu/de/neuhilfesche-dokumente-fuer-liebearbeit-neu.html](http://www.elacta.eu/de/neuhilfesche-dokumente-fuer-liebearbeit-neu.html)



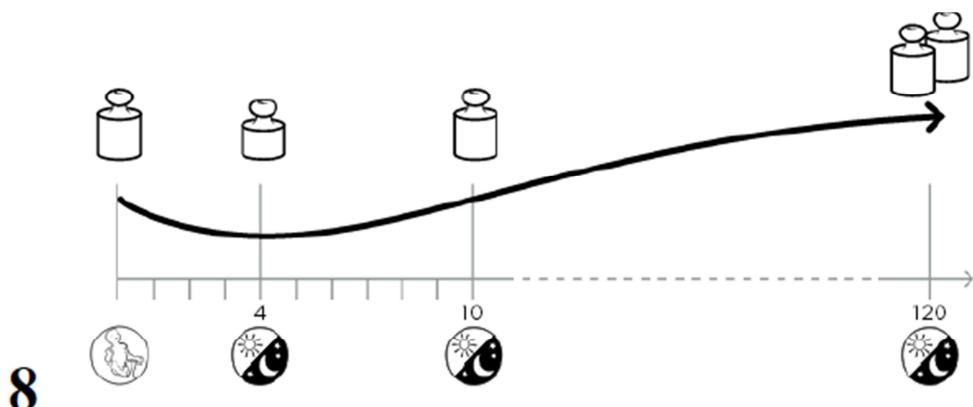
[www.elacta.eu](http://www.elacta.eu)



[www.elacta.eu/de/neuhilfesche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html](http://www.elacta.eu/de/neuhilfesche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html)



Kai dedate kūdikį prie krūties, įsitikinkite, kad jis išsižiojo plačiai, apžiodamas apminkuo daugiau krūties audinių.



Per pirmasias kelias dienas dauguma naujagimių numeta šiek tiek svorio. Jeigu dešimtą gyvenimo dieną Jūsų kūdikis pasiekę gimimo svorį ir svoris toliau auga, reiškia, pieno jam pakanka. Ketvirtą gyvenimo metnesį dauguma mažylių padvigubina savo gimimo svorį.

Lietuvos

